Relato de Ações de Cuidado aos Profissionais de Saúde

Autores: Nássara Couras da Silva, Juliana Batista Pereira, Jessica Russo de Andrade, Jussara de Oliveira Lima
UBS Jardim Apurá

Introdução: O Sistema Único de Saúde foi criado em 1988 e a nossa Constituição Federal Brasileira determina que é dever do Estado garantir saúde a toda a população brasileira tendo como pilares a Universalidade, Integralidade e Equidade a fim de propiciar à população uma saúde digna, sem custo e focada no tratamento do indivíduo como um todo. O Programa saúde da família foi criado em 1994 e na composição da equipe surgiu a categoria do Agente Comunitário de Saúde (ACS) para atuar nos territórios e ser o elo de ligação entre a comunidade e a UBS. Este profissional inicialmente não tinha uma regulamentação profissional, mas devido sua importância no programa e em decorrência de seu papel no fortalecimento da atenção básica enquanto políticas públicas para a saúde, houve necessidade de capacitação. No entanto, somente em 2002 a profissão foi legalizada, que em 2006 foi revogada para que ajustes pudessem ser feitos. A nova regulamentação ocorreu com a promulgação da Lei Nº 11.350.2. Os ACS desempenham papel relevante dentro da Equipe Saúde da Família (ESF), devido a suas atribuições que envolvem o cadastramento das famílias do território e acompanhamento em todos os ciclos de vida. Através das visitas domiciliares diárias que os agentes de saúde realizam é possível saber a verdadeira realidade da comunidade, tanto nos seus aspectos de saúde, doença, ambiental, socioeconômico como também psicológico. A proximidade com a comunidade e o contato com situações de vulnerabilidade expõem os ACS a situações para as quais não existe um treinamento específico e os confronta com questões pessoais e culturais, podendo acarretar desgaste emocional. As equipes de enfermagem e os profissionais médicos desempenham papel fundamental na atenção primária, prestando assistência integral em todas as fases da vida do ser humano, com atendimentos individuais e coletivos, participando ativamente das campanhas de promoção e prevenção à saúde, dentre elas estão as campanhas de vacinação. Realizando visitas domiciliares a pacientes acamados ou restritos.

O desgaste mental do trabalhador possa estar submetido na sua organização de trabalho ou no desempenho de suas funções tem se mostrado importante no desenvolvimento de transtornos mentais, comportamentais, entre esse o mais comuns seriam o transtornos de humor, ansiedade, depressão, fobias, distúrbios psicossomáticos, estresse e Burnout. A Síndrome de Burnout (SB) foi descrita pela primeira vez pelo psiquiatra Herbert Freudenberger em 1974 e atualmente está inserida na classificação internacional de doenças CID 11 sob o código QD85 Organização Mundial da Saúde (OMS) 2019. Christina Maslach em 1976 realizou um modelo teórico caracterizando a síndrome como uma responsabilidade prolongada a estressores interpessoais crônicos no trabalho que se apresenta em três fatores como exaustão emocional, despersonalização e baixa da realização pessoal. Os sintomas se caracterizam por uma perda gradativa do entusiasmo, posteriormente ocorrendo uma vivência de tédio associada com irritabilidade e alteração do humor, podendo incorrer em agravamento dos sintomas manifestados por agressividade, alteração do sono, perda do autocontrole emocional, depressão, indisposição e desinteresse pelo trabalho. A Exaustão Emocional ocorre quando o indivíduo percebe estar sobrecarregado, sem ânimo para lidar com situações que se apresentam no trabalho, evoluindo para insensibilidade, frieza, afastamento excessivo, comprometendo assim sua habilidade em acompanhar aqueles que necessitam de sua atenção, o que denominamos como despersonalização e por fim a baixa realização pessoal em que o profissional se julga como incompetente, incapaz de buscar soluções diante uma dificuldade imposta ao trabalho, levando insatisfação e baixa autoestima. Durante a Pandemia pelo coronavírus SARS-CoV identificado em dezembro de 2019 em Wuhan na china disseminado e transmitido rapidamente de pessoa a pessoa com confirmação do primeiro caso no Brasil em 26 fevereiro 2020 na cidade São Paulo, iniciou uma grande preocupação para o sistema de saúde brasileiro.

A alta transmissibilidade, o impacto geral na população e nos serviços de saúde, e também por ocorrer em um contexto de acesso a muita informação em tempo bastante curto e as incertezas em relação ao tratamento, fizeram com que muitos profissionais de saúde desenvolvessem alterações psicológicas com quadros de ansiedade, sintomas depressivos, insônia, estresse e Síndrome de Burnout. Sendo um dos fatores desencadeantes a sobrecarga de trabalho, ambiente de trabalho desfavorável, mortes ocorridas pela pandemia, exposição ao vírus por lidar com pacientes acometidos pela Covid 19 estes fatores contribuíram para o desenvolvimento da deterioração mental.

Justificativa: Realizar levantamento no ambiente de trabalho que favorece o surgimento da Síndrome Burnout e Transtornos mentais nos profissionais de saúde agravados pela pandemia.

Objetivo: Criar estratégias que possam minimizar quadros de transtornos psicológicos, buscando uma visão holística perante ao trabalhador e consequentemente resultando menos afastamentos e melhor qualidade tanto profissional e pessoal do colaborador.

Relato da Vivência e Contribuições: Os profissionais de saúde da atenção básica estão submetidos a demandas psicológicas elevadas no trabalho. Além disso evidenciam-se fatores estressantes no trabalho que implicam no desenvolvimento de transtornos mentais, agravado durante a pandemia da Covid 19. Devido esse alarmante dado a Unidade Básica de Saúde Jardim Apurá junto com seu Comitê Interno de Prevenção de Acidentes (CIPA) e Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF) elaboraram a semana de saúde do trabalhador. Esta semana tem como objetivo principal propiciar aos profissionais de saúde um espaço para o cuidado de sua saúde mental, integrado a socialização, auto cuidado, e mudanças de hábitos que venham contribuir para um ambiente de trabalho mais saudável.

O método utilizado propicia a participação de todos os colaboradores, não sendo obrigatório a participação. São desenvolvidas ações durante uma semana de cada mês, com a participação de no máximo quatro colaboradores por grupos, com duração de uma hora cada. Com essa estratégia podemos englobar todos os colaboradores nas atividades propostas, a saber: Ginástica laboral, massagem, auriculoterapia, aromaterapia, reiki, reeducação alimentar e qualidade de vida e apoio psicológico. Quando deixamos a correria do dia a dia e voltamos nosso olhar para o trabalhador podemos alcançar resultados positivos não somente na diminuição do estresse mas também atuando na autoestima, qualidade de vida, motivação e valorização desse colaborador. Trazendo muitas vezes não somente uma transformação no ambiente de trabalho mas também para vida. Quando um profissional da saúde faz seu trabalho correto, confiante e feliz. A promoção a saúde será acolhedora, a proteção dos direitos será garantido e a prevenção da integridade física e mental será potencializado. Uma simples atitude é capaz de mudar um caminho, um destino e uma vida. Foi observado relatos e mudanças desses profissionais quando realizamos esse cuidado.